מהדורה למורה – מפתח תשובות

מטרות הדף:

- לזהות סימנים שלחבר/ה קשה
- ללמוד איך לפנות בעדינות ולהקשיב
- להבין למה חשוב לספר למבוגר/ת כשיש דאגה גדולה

גרסה רגילה – כל הפריטים.

חלק א' – הבנת הסיפור

1. ב – הוא הפסיק לשחק בהפסקה וישב לבד
2. ב – משהו מוזר בבטן
3. ג – התיישבה לידו ואמרה שהיא פה בשבילו
4. ב – ליועצת
5. ב – 'תודה ששמת לב'

חלק ב' – סימנים שאולי קשה לחבר/ה

1 – ג (עונה במילה אחת או בכלל לא עונה)
2 – ד (יושב לבד בהפסקות)
3 – ב (מפסיק לצייר או ללכת לחוג)
4 – ה (כותב 'אף אחד לא שם לב')
5 – א (חוזר יום אחרי יום, לא רק פעם אחת)

חלק ג' – נכון או לא נכון

1. לא נכון – דאגה גדולה לא שומרים בסוד, גם אם ביקשו
2. נכון – זה בדיוק מה שנאמר בטקסט
3. לא נכון – מדובר בעצב שחוזר הרבה זמן, לא יום אחד
4. נכון – זו הדרך המומלצת לגשת
5. לא נכון – עדיף לכתוב משהו תומך ולהתעניין באמת
6. לא נכון – חבר נאמן שם לב, מקשיב ולא נשאר לבד עם הדאגה

חלק ד' – השלימו את המשפט

1. לב
2. סוד
3. הקשיבה
4. נאמני
5. ספסל

חלק ה' – מה הייתם עושים?

1. ב – לכתוב לה בפרטי שאכפת לכם
2. ב – להגיד שאכפת לכם ולכן תספרו למבוגר

חלק ו' – כתיבה אישית

1. התשובה אישית - לבדוק שהפתק מכיל תשומת לב, חום ואין בו ניסיון לפתור הכול לבד; אפשר לבדוק שימוש בלפחות אחת מהפתיחות המוצעות

כרטיס יציאה – מה לחפש

- שם לב, שואל בעדינות, מקשיב ולא נשאר לבד עם דאגה
- כי דאגה גדולה היא גדולה מכדי להתמודד איתה לבד, וחשוב שמבוגר יעזור
- ליועצת, לנאמני החוסן המורים או לנאמני החוסן התלמידים

טיפים להפעלה:

- להזכיר שהשיתוף בכתיבה האישית הוא תמיד רשות
- אפשר לקיים שיחה קצרה לפני הדף על כך שאפשר לדלג על כל שאלה
- לחבר את התרגיל לנאמני החוסן או ליועצת בבית הספר בפועל

דף תרגול: להיות חבר/ה נאמן/ה

דף התלמיד/ה **רגיל**

שם: _____ **כיתה:** _____ **תאריך:** _____

בדף הזה נתרגל את סיפורם של תמר ויואב, ונלמד מה אומר ועושה חבר/ה נאמן/ה כשלחבר קשה.

1 חלק א' – הבנת הסיפור

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מה קרה ליואב בשבועיים האחרונים?

א) הוא הפך לשמח יותר ב) הוא הפסיק לשחק בהפסקה וישב לבד ג) הוא התחיל לספר יותר בדיחות
ד) הוא עבר לכיתה אחרת

2. מה תמר הרגישה כשקראה את ההודעה של יואב?

א) שמחה ב) משהו מוזר בבטן ג) כעס עליו ד) שעמום

3. מה תמר עשתה קודם כל?

א) התעלמה ב) כתבה לכל הכיתה ג) התיישבה לידו ואמרה שהיא פה בשבילו
ד) סיפרה למורה בלי לדבר עם יואב

4. לאן תמר הציעה ליואב ללכת יחד?

א) למנהל ב) ליועצת ג) הביתה ד) לחוג כדורגל

5. מה יואב אמר לתמר ליד הדלת?

א) 'עזבי אותי' ב) 'תודה ששמת לב' ג) 'זה לא עניינך' ד) 'אני בסדר'

2 חלק ב' – סימנים שאולי קשה לחבר/ה

התאימו: כתבו ליד כל מספר את האות המתאימה מהעמודה השמאלית.

1. נהיה שקט מהרגיל	___	**א.** חוזר יום אחרי יום, לא רק פעם אחת
2. מתרחק מכולם	___	**ב.** מפסיק לצייר או ללכת לחוג
3. מוותר על מה שאהב	___	**ג.** עונה במילה אחת או בכלל לא עונה
4. משתף משפטים עצובים ברשת	___	**ד.** יושב לבד בהפסקות
5. עצב שנמשך הרבה זמן	___	**ה.** כותב 'אף אחד לא שם לב'

3 חלק ג' – נכון או לא נכון

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	אם חבר מבקש לשמור סוד על דאגה גדולה, חייבים לשמור אותו.	☐	☐

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
2	חבר נאמן לא חייב לפתור את כל הבעיות, מספיק להקשיב ולעזור לפנות למבוגר.	☐	☐
3	כל יום רע אחד הוא סימן לבעיה גדולה.	☐	☐
4	אפשר לשאול חבר בעדינות אם הכול בסדר.	☐	☐
5	מדבקה צוחקת היא תגובה טובה להודעה עצובה של חבר.	☐	☐
6	חבר נאמן הוא מי ששומר כל סוד ופותר כל בעיה.	☐	☐

4 חלק ד' – השלימו את המשפט

השלימו את המילה החסרה.

1. חבר/ה נאמן/ה הוא מי ששם/ה _____ , שואל/ת בעדינות ומקשיב/ה.

2. דאגה גדולה לא שומרים ב _____ .

3. כשתמר ראתה שליואב קשה, היא _____ לו בשקט.

4. כשמודאגים לגבי חבר, אפשר לפנות ליועצת או ל _____ החוסן.

5. יואב ישב לבד על ה _____ בהפסקה.

5 חלק ה' – מה הייתם עושים?

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. חברה כתבה בקבוצת הכיתה 'אין לי כוח לכלום' וילדים שלחו מדבקה צוחקת. מה הכי נכון לעשות?

א) לשלוח גם מדבקה צוחקת ב) לכתוב לה בפרטי שאכפת לכם ג) להתעלם, זה בטח סתם

ד) לצחוק יחד עם האחרים

2. חבר אומר לכם 'אל תספר לאף אחד, זה סוד'. ואז מספר על דאגה גדולה. מה נכון לעשות?

א) לשמור את הסוד בכל מחיר ב) להגיד שאכפת לכם ולכן תספרו למבוגר ג) להתעלם ממנו

ד) לכעוס עליו

6 חלק ו' – כתיבה אישית

כתבו תשובה מלאה במשפטים שלמים.

1. כתבו פתק קצר לחבר/ה דמיוני/ת שנראה עצוב/ה לאחרונה. מה תכתבו כדי שירגיש שאכפת לכם? אפשר להשתמש בפתיחות: 'שמתי לב ש..', 'רציתי שתדע ש..', 'אני כאן בשבילך כי..'

כרטיס יציאה

מה שלושה דברים שחבר/ה נאמן/ה עושה?

למה לא שומרים בסוד דאגה גדולה?

למי אפשר לפנות כשמודאגים לגבי חבר/ה?

איך הרגשתי בשיעור? ☹ 😐 🙂 😀